第15回三鷹市混合ダブルス卓球大会

◆参加資格　オープン（大会当日の満年齢）
◆種目　混合ダブルスで2人の年齢の合計が①一般の部・年齢制限なし、②90～109歳、③110～129歳、④130歳以上
主 三鷹卓球連盟
日 11月23日㈷午前9時から
所 第一・第二体育館
¥ 一組2,000円
申 10月10日㈬～20日㈯に現金書留または郵便為替で「〒181-8799三鷹郵便局留　柳沢栄子」
問 柳沢☎43-3350（夜間のみ）

講　座

生涯学習講座・事業を放映します

◇10月7日㈰、8日㈷、13日㈯～15日㈪のいずれも午後7時から
◇放送チャンネル　武蔵野三鷹ケーブルテレビ　パークシティ9チャンネル
問 生涯学習課☎内線3316

求職中の若者の心の悩みに応えます

求職中の若者を対象に、心理カウンセラーによる個別相談サービスを実施中です。心の悩み・問題を一人で抱え込まず、お気軽にお越しください。
日 毎月第1・3木曜日午後1時～4時
所 ハローワーク三鷹職業相談コーナー
申 問 ハローワーク三鷹☎47-8617

脳と体の老化を防ぐ薬膳

講師は中医国際薬膳師の中村きよみさん。
主 井の頭地区住民協議会
人 20人
日 10月11日㈭午前10時30分～午後1時
所 井の頭コミュニティセンター新館
¥ 500円
物 筆記用具、エプロン、三角巾、スリッパ
申 10月10日㈬までに同センター☎44-7321

まちづくり三鷹パソコンスクール

◆「実践ワード＆エクセルスキルアップ講座」
日 10月15日～11月5日の毎週月・水曜日午後7時～9時30分（全7回）
¥ 20,000円（教材代・税込）
◆「はじめようインターネット・Eメール」
日 10月17・24・31日の水曜日、11月2日㈮午後1時30分～4時30分（全4回）
¥ 13,780円（教材代・税込）
所 いずれも三鷹産業プラザ
申 問 ㈱まちづくり三鷹☎40-9669・FAX 40-9750

人事担当者向けセミナー「お伝えします、若者採用のコツ、若者定着のコツ」

講師は東京しごとセンターヤングコーナー就職支援アドバイザーの澤本和重さん。
主 市、㈶東京しごと財団
人 事業主・人事担当者、（若年求職者家族を含む）50人
日 10月19日㈮午後2時～4時
所 三鷹産業プラザ
申 問 電話またはファクスで生活経済課☎内線2544、FAX 46-4749

中国料理教室

講師は栄養士の加藤康子さん。
主 大沢住民協議会
日 10月19日㈮午前10時～午後1時
所 大沢コミュニティセンター
物 エプロン、三角巾
¥ 500円
申 問 参加費を添えて同会☎32-6986

シルバー人材センターのパソコン教室

人 文字入力ができる方、各コース10人（申込多数の場合は抽選）
◆「エクセル初級講座」
日 10月19日～11月30日の毎週金曜日午後3時30分～5時30分（全6回）
¥ 9,600円（教材費を含む）
◆「パソコンで作る年賀状」
日 10月22日～11月12日の毎週月曜日午後1時～3時（全4回）
¥ 6,300円（教材費を含む）
◆「覚えて役立つ！ワード入門」
日 10月22日～11月26日の毎週月曜日午後3時30分～5時30分（全6回）
¥ 10,000円（教材費を含む）
所 いずれも同センター
申 10月12日㈮（必着）までに往復はがきで「〒181-0004新川6-35-16三鷹市シルバー人材センター」
問 同センター☎48-6721

求職活動支援セミナー「自分の考えだけで求職活動を進めていませんか」

講師は千葉尚子さん。求職活動のノウハウを指導します。
日 10月19日㈮午後1時30分～4時
所 市民協働センター
申 問 電話・ファクス・Eメールでわくわくサポート三鷹☎45-8645・FAX 45-8646、✉wakuwaku@mitaka.ne.jp
※毎週火曜日午後1時～5時、三鷹産業プラザで無料キャリアカウンセリングを行っています。

超初心者向けデジカメ撮影教室

主 連雀地区住民協議会
人 在勤・在学を含む市民15人（申込多数の場合は抽選）
日 10月24日～11月14日の毎週水曜日午前10時30分～午後0時30分（全4回）
所 連雀コミュニティセンター
¥ 1,500円
物 カメラ、取扱説明書
申 問 10月16日㈫までに同センター☎45-5100・FAX 76-0055
※持参するカメラのメーカー名、型番をお知らせください。

市民大学総合コース共通学習一般公開講座

講師は①作家の雨宮処凛さん、②一橋大学名誉教授の杉原泰雄さん。
人 いずれも50人（先着制）
日 ①インタビュー形式講演会「生きさせろ！生きづらさの根源を解く」＝10月26日㈮、②講演会「国民主権・国民代表制と選挙制度」＝10月27日㈯、いずれも午前10時～正午
所 いずれも社会教育会館
申 問 10月9日㈫～19日㈮午前9時30分～午後5時までに直接または電話で同館☎49-2521

55歳からの超初心者のためのパソコン教室

講師はNPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹の山根明さん。
主 連雀地区住民協議会、社会教育会館
人 15人（申込多数の場合は抽選）
日 10月27日、11月10・17・24日、12月1・8日の土曜日午後2時～4時（全6回）
所 連雀コミュニティセンター
¥ 教材費1,450円
申 問 10月17日㈬までに直接または電話で同センター☎45-5100・社会教育会館☎49-2521

就業規則見直しのポイント

講師は①弁護士の小川まゆみさん、②③社会保険労務士の中山洋一さん。さまざまな労使トラブルを未然に防ぐための就労規則の見直しについて、実務面でのポイントを解説します。
主 市、三鷹商工会　東京都労働相談情報センター国分寺事務所
人 いずれも100人
日 ①就業規則の法的性格～最近の労働判例を交えて＝10月29日㈪、②就業規則作成のポイント1～改正男女雇用機会均等法（セクハラ防止など）、労働安全衛生法など法改正に対応した作成・変更ポイント＝10月31日㈬、③就業規則作成のポイント2～社員のメンタルヘルスなど、新しい課題に対応した規定例＝11月2日㈮、いずれも午後2時～4時
所 いずれも三鷹産業プラザ
申 問 同事務所調査普及係☎042-323-8511・FAX 042-323-8512、「TOKYOはたらくネット」HP http://www.hataraku.metro.tokyo.jp

ボランティア入門講座

主 みたかボランティアセンター
人 ボランティア活動に関心のある方、15人（先着制）
日 10月30日㈫午後2時～3時30分
所 井口コミュニティセンター
申 問 10月29日㈪までに直接または電話、ファクス、Eメールでボランティア経験の有無を明記し、みたかボランティアセンター☎76-1271・FAX 76-1273、✉info@mitakavc.net

2007みたかスポーツフェスティバル

10月8日㈷午前10時～午後3時30分（雨天決行）



◆市役所
◇中庭
小学生鼓笛隊、ダンスチーム発表会、障がい者スポーツ紹介、クライミングウォール、FC東京・キックターゲット、ポニー乗馬体験（先着130人。午前10時から整理券配布）、迷路、ターゲットバードゴルフ、ちびっこ体験相撲
◇体育館
シャフルボード、車イス体験、プール、アーチェリー、和弓
◆一中
サッカー、グラウンドゴルフ、ゲートボール、体力測定、インディアカ、テニス、パン食い競争（正午から。先着300人）
所 市役所中庭、公会堂、第一・二体育館、市役所駐車場、一中
申 当日会場へ
問 スポーツ振興課☎内線3324

あたたかい善意（敬称略）

三鷹市社会福祉協議会への寄付

●一般寄付

杉山宗雄	500,000円
坂井長男	500,000円
三鷹市リサイクル市民工房	73,700円
東川敏男	30,000円
小田健	16,555円
鈴木富雄	13,954円
フラ・ポーアイ・ナレイ教室　水曜クラス	11,000円
美貴裕子	10,000円
ふじみ衛生組合内㈲調布清掃一同	5,500円
平成18年度三鷹市立第六小学校　卒業生一同	5,154円
井口三男	5,000円
三鷹市職員労働組合古書市	4,277円
山田　菊代	2,000円
吉田實	1,000円
匿名	1,000円
笠石ふさ子	1,000円
小幡よう子	1,000円
渡部英子	826円
社会教育会館	100円
匿名(3件)	9,000円

●一円硬貨募金

エスコート交通	76,830円
㈱Jマート	33,049円
中村和夫	7,944円
栗原勇	6,615円
牟礼明	6,131円
富田キミ	4,711円
いなげや三鷹下連雀店募金箱	4,106円
四ツ葉ときわクラブ	4,012円
平成19年度いきいき大学受講生一同	3,348円
コモディ・イイダ募金箱	3,243円
上原永子	2,408円
深明会	2,142円
西部市政窓口募金箱	1,955円
三鷹市赤十字奉仕団	1,501円
くぬぎ会	988円
川手ヒサ子	839円
イキイキ料理会	808円
馬場勇三	723円
上二親交クラブ	576円
中原三葉会	410円
いなげや三鷹牟礼店募金箱	382円
東明会	368円
服部清子	319円
明寿会	262円
匿名	157円

●ボランティア基金

納涼まつり参加者一同	6,498円
三鷹市ボランティア連絡協議会	4,700円
相川隆子、福嶋美枝子、進藤美智子、椎名千枝	2,190円

三鷹短歌会　八月の秀歌

選と評　金田義直

背丈ほどに育ちしひまはりの花終り夕陽のなかに重くうつむく　棚木玲子

［評　情景がよく分かる。「お疲れ様でした」と言った、いとおしむ気持ちでひまわりを見ているのだ。

ガーベラを摘みゐる夢に覚めし朝見上ぐる机上にその花はあり　横尾えり子

［評　夢が現実になった驚きをさりげなく詠っている。不思議なこともあるもんだ。

ふんはりと湧きて広ごる白雲に心遊ばせ旅の野をゆく　松村美惠子

［評　ゆったりとした旅ならではの気分が出ている。旅心が誘われる歌だ。

髪形はどうしますかと理髪師は鏡の中から吾に問ひ来る　葛島茂春

［評　「鏡の中から吾に問ひ来る」が面白い。床屋さんでの何気ないやり取りを下句で活写している。

三鷹俳句会　八月の秀句

選者　飯田六斗

雷雲を測り鎌ふる草野かな　松崎武
雲の峰お伽の城の早や崩れ　寺岡美ゆ喜
午後からの靴の重さよ夏の雲　大和谷慈子
峰雲や絹の通ひし峠の碑　山田みちを
力瘤峯より貰ひ夏の雲　種市与作
雲海や肩をもたげる鹿島槍　田山光起
夏雲を押し上ぐ平和記念像　根岸操
雲海の裂け目に常の暮らし見ゆ　根岸敏三
夏雲や市となる村の校舎跡　榎田隆司
投げ釣りの弧を描く先の夏の雲　三田きみよ